



Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura



Ministerio de Salud Costa Rica



COMISIÓN INTERSECTORIAL DE GUÍAS ALIMENTARIAS

Policy Brief

Construyendo un futuro saludable desde la niñez

Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para los primeros mil días de vida

Este período incluye desde la concepción hasta los dos años de vida y es crucial para mejorar la salud de la población.

El país enfrenta problemáticas alimentarias y nutricionales que deben abordarse con urgencia para mejorar la salud de las y los costarricenses, con el propósito de garantizar un futuro económico y saludable para Costa Rica.

Una de las formas de abordar estas problemáticas es asegurar la adopción e implementación de las

Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para los primeros mil días de vida en Costa Rica. Esta es una herramienta basada en evidencia científica que permitirá orientar el abordaje de las principales problemáticas de esta población.

¡Todas y todos tenemos un papel que desempeñar para garantizar un futuro saludable y una buena alimentación desde la niñez!

¿Por qué es importante invertir en estas problemáticas?

Lactancia Materna Exclusiva en un 27,5%

Anemia en niñas y niños entre 6 y 24 meses de 22%

Dieta mínima aceptable en alimentación complementaria de 39,7 %

Invertir en estas problemáticas garantiza que las niñas y los niños desarrollen **hábitos de vida saludables** y que alcancen el máximo de sus capacidades, lo cual asegura un **futuro más brillante y próspero** para todas y todos. Globalmente se hace un llamado a los gobiernos para **invertir en la nutrición** y el bienestar de las madres, los bebés, las y los niños pequeños.

¿Qué pasa si no lo hacemos?

El no invertir en el bienestar de esta población podría resultar en la **pérdida de millones** de colones debido a una menor **productividad económica** y mayores costos de salud.



A partir de un proceso participativo con expertas(os) nacionales del sector público y privado, se identificó una serie de recomendaciones para que las madres, niñas y niños puedan tener entornos favorables para una óptima alimentación y nutrición en los mil días.

¿Qué se necesita?

Embarazo

Fortalecer la estadística y publicación de la información del estado clínico y nutricional de la mujer embarazada para tomar decisiones que favorezcan la salud de la población en los primeros mil días.



Lactancia materna

Promover la actualización de la Ley 7430 “Fomento de la Lactancia Materna” con base en las resoluciones de la Organización Mundial de la Salud sobre el Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de Leche Materna.



Garantizar que todos los hospitales del país implementen la Iniciativa Hospital Amigo del Niño, la Niña y la Madre.



Fortalecer el sistema de enseñanza y la actualización de los profesionales de salud sobre los beneficios y estrategias para fomentar la lactancia materna.



Alimentación complementaria

Garantizar que todas las acciones institucionales relacionadas a alimentación y nutrición estén siempre alineadas a las recomendaciones de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para los primeros mil días.



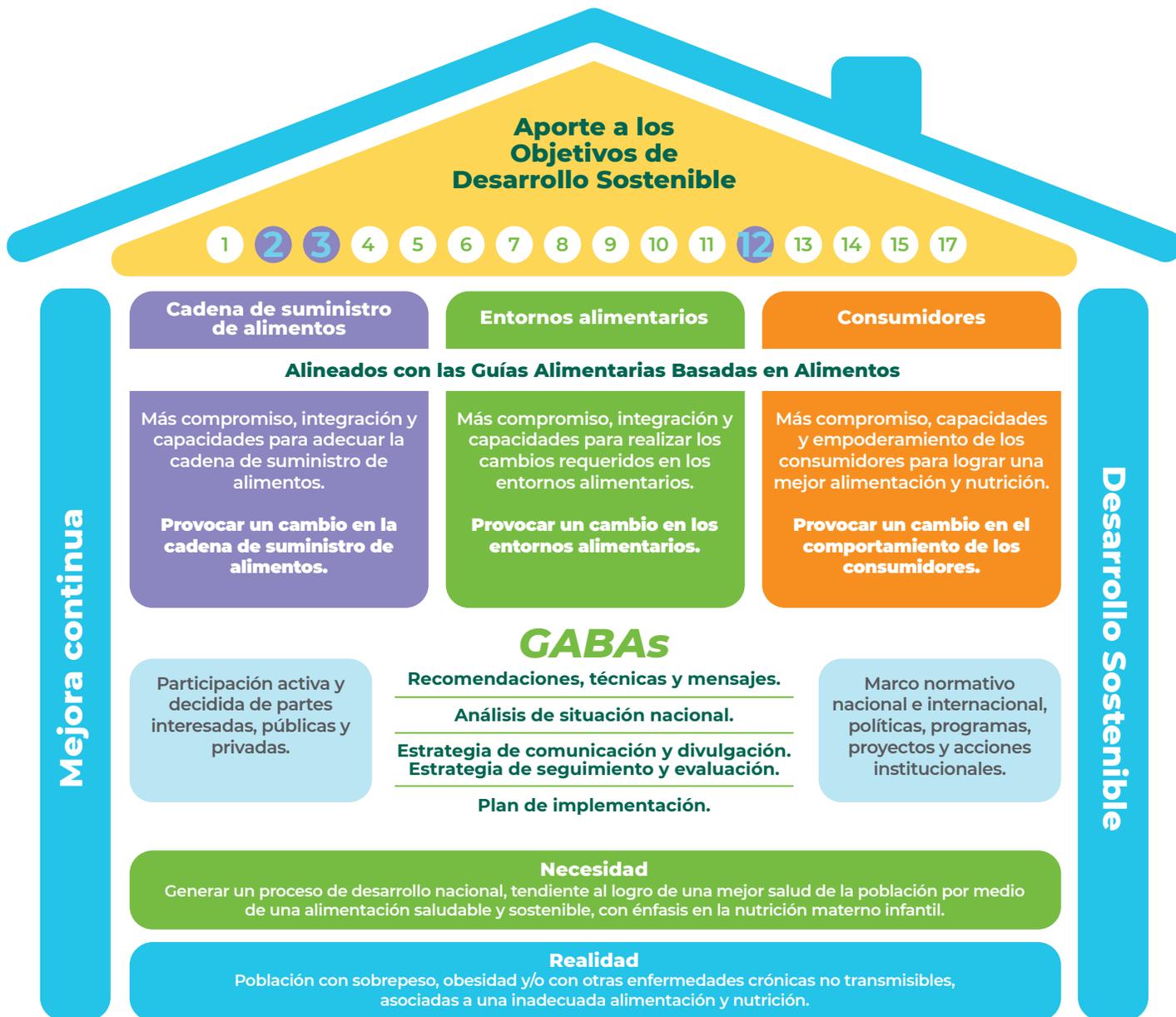


¿Qué podemos hacer?

- Fortalecer y promover el desarrollo de **políticas públicas**, en materia de alimentación saludable y sostenible, **informadas y alineadas con las recomendaciones técnicas de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para los primeros mil días de vida**.
- **Asignar recursos técnicos, humanos y financieros** para fortalecer la adopción e implementación de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para los primeros mil días de vida.
- Garantizar que el personal de salud y otros profesionales que trabajan con los primeros mil días tengan acceso a **actualización oportuna y basada en la evidencia para la óptima atención de esta población**.
- Garantizar que el **desarrollo de acciones, programas y proyectos** tanto en el sector público como en el sector privado y en la sociedad civil, que tengan que ver con alimentación y nutrición, utilicen los insumos de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para los primeros mil días de vida como marco de referencia.
- Establecer mecanismos de **coordinación y articulación interinstitucional, intersectorial y multinivel** como instrumento de trabajo colaborativo, para el uso de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para los primeros mil días de vida.
- Establecer mecanismos de **coordinación del sector público, con el sector privado y con la sociedad civil**, para el uso de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para los primeros mil días de vida.
- Apoyar mecanismos para que se logre **desarrollar exitosamente investigación** en los primeros mil días de vida.
- Fortalecer mecanismos de seguimiento para **garantizar que la comercialización** de sucedáneos de leche materna **cumpla con lo establecido por las leyes del país**.

Para más información sobre las GABAs, puede visitar la página: www.ministeriodesalud.go.cr

Las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos contribuyen con la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y el alcance de sistemas alimentarios más saludables y sostenibles



Mejora continua

Desarrollo Sostenible

Actuar de forma inmediata en pro de las madres, niñas y niños de Costa Rica es una forma de asegurar el bienestar del país.



Contacto:

Cecilia Gamboa Cerda
Coordinadora de la Secretaría de la Política Nacional en Alimentación y Nutrición

Ministerio de Salud
cecilia.gamboa@misalud.go.cr